

Zelný salát s pomerančem a kokosem

Obtížnost: ○○○○○

Čas přípravy: 1h 20min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 1h 20min , Porce: 4

240 kalorií , 0 g cukrů , 6 g tuků , 14 g bílkovin

Autor: Beruska64

Odkaz: <https://srecepty.cz/zelny-salat-s-pomerancem-a-kokosem>

Příprava

Na hrubém struhadle nastrouháme zelí. Pomeranče nakrájíme na kostičky a přidáme k zelí. Přisypeme kokos, zakápneme olejem, dochutíme citrónovou šťávou, cukrem, osolíme, promícháme a necháme cca hodinu odležet.

Tip k receptu

Lze přidat i na kousky nakrájený kompotovaný ananas.

Ingredience

- 700 g bílého zelí
- 3 pomeranče
- 50 g strouhaného kokosu
- 1 lžíci citrónové šťávy
- 1 lžíci cukru krupice
- 1 lžíci olivového oleje
- špetku soli

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Redukční, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Exotika, Labužník, Salát